Las autoridades sanitarias señalan que el uso de las mascarillas entre las personas que están sanas puede ser especialmente relevante en contextos de epidemia, como la actual, donde puede haber un número alto de pacientes asintomáticos pero infecciosos. Hay personas que pueden dar positivo de COVID-19 entre uno o tres días antes de desarrollar los síntomas, por lo que pueden transmitir, sin saberlo, el virus.

¿Qué tipos de mascarillas hay?

Básicamente, existen tres categorías de mascarillas: higiénicas, quirúrgicas y filtrantes. Estas son las características de cada una de ellas:

Mascarillas higiénicas: también conocidas como "de barrera", son las que menor protección ofrecen. También son las más comunes y baratas, y están destinadas a personas sin síntomas que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas o filtrantes.

Dentro de esta categoría hay a su vez dos tipos: mascarillas higiénicas no reutilizables, de un solo uso, y mascarillas higiénicas reutilizables, que están fabricadas con materiales específicos que permiten su reutilización, una vez lavadas y desinfectadas. Este es el tipo de mascarillas que se pueden fabricar en casa, siguiendo el estándar básico.

Las mascarillas higiénicas forman parte de la nueva categoría que el Gobierno ha autorizado recientemente. La Asociación Española de Normalización publicó la especificación UNE 0064, que establece los requisitos mínimos que deben cumplir estas protecciones en cuanto a los materiales que se utilizan para su elaboración, marcado y uso.

Mascarillas quirúrgicas: ofrecen un nivel de protección mayor y, como su propio nombre indica, son las que se utilizan en cirugías y otros procedimientos sanitarios. Igual que ocurre con las mascarillas higiénicas, protegen más al resto que a quien la lleva puesta, sobre todo al estornudar o toser, pues evitan la emisión de gotículas respiratorias que transporten posibles virus. Son las únicas que tiene precio máximo de venta al público (0,96 euros IVA incluido).

Mascarillas filtrantes (también llamadas autofiltrantes): son las que mayor nivel de protección ofrecen a quien la lleva. Contienen un filtro de micropartículas cuya finalidad es proteger al usuario frente a la inhalación de contaminantes ambientales, en este caso del agente patógeno.

En función de su grado de protección, las mascarillas autofiltrantes se clasifican en tres tipos:

- FFP1 (filtro de partículas tipo P1): tienen una eficacia de filtración mínima del 78% y un porcentaje de fuga hacia el interior máximo del 22%. Suelen emplearse frente a partículas de material inerte, y sus aplicaciones más comunes están relacionadas con industriales textiles, mineras, de la construcción, madereras...

- FFP2 (filtro de partículas tipo P2): tienen una eficacia de filtración mínima del 92% y un porcentaje de fuga hacia el interior máximo del 8%. Se utilizan frente a aerosoles de baja o moderada toxicidad.

- FFP3 (filtro de partículas tipo P3): tienen una eficacia de filtración mínima del 98% y un porcentaje de fuga hacia el interior máximo del 2%. Se utilizan frente a aerosoles de alta toxicidad.

¿Son reutilizables?

En general, las mascarillas quirúrgicas y las filtrantes deben ser desechadas tras su utilización, debido a que no es posible mantenerlas en buenas condiciones higiénicas más allá de unas pocas horas de uso.

Las mascarillas higiénicas reutilizables, fabricadas con materiales específicos, pueden ser reutilizadas una vez lavadas y desinfectadas. Para este tipo de mascarillas la guía de Sanidad recomienda dos métodos de desinfección. El primero es lavar en la lavadora con detergente normal y agua a temperatura de entre 60 y 90 grados. El segundo consiste en sumergir las mascarillas en una dilución de lejía 1:50 (una parte de lejía por 50 de agua: 20 ml de lejía por 980 ml de agua) con agua tibia durante 30 minutos. Después se recomienda volver a lavar con agua y jabón para eliminar cualquier resto de lejía.

¿Para qué sirve la válvula que llevan algunas mascarillas filtrantes?

Las mascarillas filtrantes pueden tener o no una válvula de exhalación para reducir la humedad dentro de la mascarilla y proporcionar una mayor comodidad al usuario, aunque en ningún caso influye en el nivel de seguridad, ya que la capacidad

de filtrado es la misma.

Las mascarillas con válvula no deben utilizarse en ambientes estériles, especialmente si se puede estar contagiado de coronavirus. Ante cualquier duda al respecto, es preferible que se utilicen máscaras sin válvula.

¿Pueden llevar mascarillas los niños?

Sí, aunque para niños sin enfermedades asociadas su utilidad no está del todo clara debido al mal uso que pueden hacer de ellas.

La especificación UNE 0064 también define cómo deben ser las mascarillas higiénicas destinadas a niños de edades comprendidas entre 3 años y 12 años, sin síntomas y que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas ni máscaras filtrantes de protección contra partículas. Pero Sanidad aún no ha publicado una recomendación oficial respecto a su uso por parte de menores.

Así, este tipo de mascarillas debe estar homologado para uso infantil con el fin de preservar la seguridad de los niños. El Boletín Oficial de Estado (BOE) del domingo 19 de abril recoge una orden ministerial con indicaciones sobre la fabricación y uso de mascarillas destinadas a la población infantil, en la que señala las especificaciones técnicas de seguridad, especialmente en lo relativo a cordones y cuerdas ajustables.

¿En qué situaciones se recomienda el uso de mascarilla?

Las recomendaciones del Ministerio de Sanidad sobre el uso de mascarillas se basan en cinco niveles de implementación progresiva de la obligación de su utilización o consejos de uso, en función de la disponibilidad que haya de las mismas:

En el **primero** se recomiendan las quirúrgicas para los profesionales que estén a menos de dos metros de otras personas, así como para los pacientes con síntomas respiratorios y sus cuidadores.

En el **nivel dos** se aconsejan las mascarillas quirúrgicas para las personas que estén en cuarentena domiciliaria cuando tengan contacto con el resto de miembros de la vivienda o cuando vayan a salir a la calle; mientras que el **tercer escenario** recomienda estas mismas mascarillas para las personas mayores, pacientes crónicos o embarazadas cuando salen a la calle o están en contacto con otras personas.

Por el contrario, **tanto en el nivel cuatro como cinco**, Sanidad recomienda las mascarillas higiénicas para la población general que tenga que salir a la calle por motivos laborales, así como para acudir a los supermercados, farmacias o moverse para los casos permitidos en transporte público, ya que en estas situaciones no suele ser posible mantener la distancia de seguridad aconsejada.

¿Cómo se utilizan?

Las denominadas mascarillas higiénicas están destinadas a "adultos sin síntomas que no sean susceptibles de utilizar mascarillas quirúrgicas ni máscaras filtrantes de protección contra partículas".

Su utilización en ningún caso exime al usuario aplicar el protocolo de seguridad y las medidas de distanciamiento social y no se debe colocar en la frente o la barbilla durante ni después de su uso.

Colocación adecuada

Antes de proceder a la colocación, el usuario ha de lavarse las manos frotándolas con agua y jabón o una solución hidroalcohólica. Una vez situada frente al rostro, tapando nariz, boca y barbilla, se deben disponer las correas o cintas en las orejas, ajustando después la parte inferior para asegurar que tape la barbilla.

Una vez colocada no debe presentar molestias respiratorias y no se debe volver a tocar la mascarilla. En caso de necesidad de reajuste, el usuario ha de lavarse de nuevo las manos pertinentemente.

Son de uso unipersonal y, preferiblemente no reutilizables. El período de utilización no debe superar las cuatro horas y solo se puede usar repetidamente durante dicho período si se ha retirado y almacenado adecuadamente. Así lo especifica el documento Especificación UNE 0064-1, en el que se detallan, además de la colocación y retirada, los requisitos mínimos cuanto a los materiales, elaboración, confección, marcado y uso.

Extremar la precaución al retirarla

En lo relativo a la retirada de la mascarilla para su posterior desechado, el documento explica de manera clara el proceso a seguir:

Quitarse los guantes de protección.
Lavarse las manos con agua y jabón o frotarlas con una solución hidroalcohólica.
Retirar la mascarilla sin tocar la parte frontal de la misma.
Desecharla en un recipiente específico, en un contenedor provisto de una bolsa de plástico (preferiblemente con tapa y control no manual). Se recomienda utilizar doble bolsa para preservar el contenido de la primera bolsa en caso de desgarro de la bolsa exterior.
Lavarse las manos como corresponde.